Brustkrebs und Ernährung

bcaction.de/brustkrebs-und-ernaehrung

15. Mai 2011

(Last Updated On: 15. Mai 2011)
Ein großer Teil der nicht genetisch bedingten Brustkrebserkrankungen wird erklärt durch reproduktive und hormonelle Faktoren. In Bezug auf Ernährungsfaktoren konnte nur für Frauen nach der Menopause ein Zusammenhang zwischen Brustkrebs und Übergewicht bzw. für Alkoholkonsum (Key et al, 2003) belegt werden. Verschiedene größere prospektive Studien haben beobachtet, ob eine hohe Aufnahme von Obst und Gemüse mit einem reduzierten Risiko von Brustkrebs in Verbindung gebracht werden kann, aber insgesamt liegen die Ergebnisse nahe Null (Tabelle 1 in Key im *Minireview: Fruit and vegetables and cancer risk*, Key 2011 und Michels 2007). Die in der Women's Health Initiative randomisierte Studie über eine Steigerung der Aufnahme von Obst und Gemüse mit durchschnittlich 1,1 Portionen mehr pro Tag, kombiniert mit zusätzlicher Steigerung der Getreideannahme und einer Verringerung des Fettkonsums bewirkte **keine** signifikante Veränderung in der Häufigkeit von Brustkrebs nach acht Jahren (Prentice et al, 2006). Im *Minireview: Fruit and vegetables and cancer risk* heißt es deswegen, es erscheine unwahrscheinlich, dass eine hohe Aufnahme von Obst und Gemüse im Allgemeinen einen bedeutsamen schützenden Effekt habe, es sei aber durchaus möglich, dass bestimmte Gemüse, die reich an Isoflavonen seien, insbesondere Sojabohnen, **möglicherweise** eine schützende Wirkung durch eine Verringerung der östrogenen Stimulation von Brust-Zellen hätten (Michels et al, 2007).

Quellen

Minireview: Fruit and vegetables and cancer risk, Timothy J. Key, Cancer Epidemiology Unit, Nuffield Department of Clinical Medicine, Oxford University, UK, British Journal of Cancer (2011) 104, 6 –11

Nutrition and breast cancer, Timothy J. Key, Nutrition and breast cancer. The Breast (2003) 12(6): 412–416

Michels KB, Diet and breast cancer: a review of the prospective observational studies. Cancer (2007) 109 (12 Suppl): 2712–2749